



ARQUIDIOCESE DE SANTARÉM
CÚRIA METROPOLITANA DE SANTARÉM
CNPJ: 05.713.128/0001-16

ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DE CALOR EXTREMO

Caríssimos irmãos do clero arquidiocesano, membros da vida religiosa, lideranças comunitárias e povo de Deus da Arquidiocese de Santarém!

Considerando as condições atípicas de calor que atingem nossa região amazônica, em um contexto de mudanças climáticas, sob a influência do fenômeno El Niño e do período de estiagem, dirijo-me a todos para compartilhar algumas orientações importantes, com o objetivo de promover a saúde, o bem-estar e o cuidado com a vida.

1. **Hidratação e alimentação.** Manter uma hidratação adequada e frequente, priorizando o consumo de água potável e fresca. Dar preferência a alimentos saudáveis e naturais.
2. **Cuidados com a saúde.** Evitar a exposição prolongada ao sol e ao calor excessivo, especialmente nos horários mais quentes do dia. As pessoas com problemas de saúde devem redobrar os cuidados e seguir as orientações dos profissionais de saúde.
3. **Atividades físicas.** Realizar exercícios físicos, quando possível, nos horários de temperaturas mais amenas, evitando esforços intensos durante os períodos de calor extremo.
4. **Consumo de bebidas alcoólicas.** Evitar o consumo de bebidas alcoólicas, especialmente durante os períodos de calor intenso, considerando seus possíveis efeitos prejudiciais à saúde.
5. **Celebrações e atividades comunitárias.** Organizar as atividades religiosas e comunitárias de modo a reduzir a exposição das pessoas ao calor excessivo. Por ocasião das festas dos padroeiros, recomenda-se que as procissões sejam realizadas em horários mais adequados, evitando, sempre que possível, os períodos de maior incidência solar.
6. **Celebrações do Sacramento da Crisma.** Organizar o acolhimento dos crismandos e dos demais participantes, evitando longos períodos de espera em filas e garantindo condições adequadas de conforto e hidratação.



ARQUIDIOCESE DE SANTARÉM
CÚRIA METROPOLITANA DE SANTARÉM
CNPJ: 05.713.128/0001-16

7. **Disponibilidade de água.** As comunidades e instituições eclesiais devem, na medida de suas possibilidades, disponibilizar água potável e fresca às pessoas que participam de suas atividades e celebrações.
8. **Proteção dos trabalhadores rurais.** Recomenda-se aos trabalhadores da roça que evitem a exposição ao sol nos horários de maior calor, utilizem chapéus ou outros meios de proteção, façam pausas regulares em locais sombreados e mantenham-se adequadamente hidratados.
9. **Prevenção de queimadas.** Recomenda-se evitar a realização de queimadas durante este período de calor extremo e estiagem, **especialmente nas comunidades do interior**, onde essa prática pode favorecer a propagação do fogo e provocar incêndios de grandes proporções. Essa medida é fundamental para proteger a saúde humana e o meio ambiente. Em caso de incêndio ou risco de propagação do fogo, deve-se acionar imediatamente as autoridades competentes, como o Corpo de Bombeiros, pelo telefone **193**, e os órgãos ambientais responsáveis, a exemplo da Secretaria Municipal de Meio Ambiente (SEMMA).
10. **Espiritualidade e vida comunitária.** Mesmo diante das dificuldades impostas pelo calor, valorizemos os momentos de oração, a espiritualidade e a vida em comunidade, adaptando, sempre que necessário, os horários e as condições das atividades pastorais.

Confio estas orientações à responsabilidade e à colaboração de todos, para que nossas comunidades sejam espaços de acolhida, prevenção e cuidado com a vida, especialmente com as pessoas mais vulneráveis.

Que Deus nos conceda sabedoria e prudência para atravessarmos este período com serenidade, solidariedade e espírito fraterno.

Em Cristo,



Dom Irineu Roman, CSJ

Arcebispo Metropolitano de Santarém

